想要获取更多资源吗?

点击上方图片，即可进入修行资料中心，探索浩如烟海的佛经经典、禅修指南、开示讲记以及实修方法等珍贵内容。这里汇集了助您精进修行的各类资源，无论您是初学者还是资深修行者，都能在此找到滋养法身慧命的甘露法雨，开启智慧，增长福德，成就菩提！

冻死不攀缘，
饿死不化缘；
穷死不求缘，
随缘不变，不变随缘，
抱定我们的三大宗旨。
舍命为佛事，
造命为本事，
正命为僧事，
即事明理，
明理即事，
推行祖师一脉心传。

回目录

参禅是行六度波罗蜜

紧了绷，慢了松，不紧不慢才成功。

做维那要注意，在开静的时候，先打一下引磬，令大家准备站起来；看看准备妥当，再打第二下引磬。这时，大家一起站起来，然后，再打两声木鱼。大家开始行起来，在跑香的时候，分为内外两圈，跑快的人在外圈跑，跑慢的人在内圈跑。这是折衷办法，自在来修行，快慢均可。所谓：「紧了绷，慢了松，不紧不慢才成功。」这是没有定法。

在《金刚经》上说：「无有定法。名阿耨多罗三藐三菩提。」要说一定，就会发生毛病。在《金刚经》又说：「是法平等。无有高下。」修行这个法，都要平等。佛虽然有三身、四智、五眼、六通，可是佛不觉得和众生有什么不同，所谓「心佛及众生，是三无差别。」心是佛，佛是众生；众生是佛，佛是心。

走得快也是参禅，走得慢也是参禅，随自己的体力来决定。要任运自然，一点也不造作，一点也不要勉强，要这样精进、用功、忍耐。腰酸腿痛，不要管它。什么也不要了，这就是布施。身不去作恶，这是身业清净；口不说是非，这是口业清净；心不打妄想，这是意业清净。三业清净，就是持戒。能忍受一切痛苦，就是忍辱。能不断的用功修道，无论遇到什么困难，而不退心，就是精进。能坐下来，如如不动，了了常明，就是禅定。由禅定而生智慧，就是般若。六度圆满，便到彼岸。

到止静的时候，维那要看班首已到他的座位前，便敲一下木鱼。大家各站各人的座位前。等都站齐，再敲一下木鱼，这时，要端然正坐，把脊背挺直，不可低头弯腰，所谓「坐如钟」，头要正，腰要直，好像一个大钟，四平八稳。

参「念佛是谁？」不是念这句话，而是参这句话。研究这个「谁」字。有人说：「我知道，念佛是我。」这是不对的。这句话头，若是明白了，就是明心见性，彻法底源，借道还家。不是像你所说那么样的简单，那样的容易。「就是我嘛！我在念佛。」那么，人死了之后，还有人在念佛吗？是没有的，既然没有，怎会是你在念佛？要晓得念佛的人，是不会死的。你会死，念佛不是你。念佛成佛，成佛又是谁？谁去成佛？你已经死了。所以就在这个地方要参，参到海枯石烂的时候，也不放松，追根究底的参，终会有水落石出的那一天—豁然大悟，原来如此！

上一页 下一页